

Основное организованное меню

Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н.А. Делявская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 7-11 лет проживания			Отд./корп				День	Воскресенье 14.09.2025г.		
Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	73/86	Суп молочный с крупной рисовой	250	16,17	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,75						
			масло сливочное	1,6	1,52						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	1,77						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,29						
			сахар	10	0,88						
			молоко	100	10,20						
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	28,34	110	6,7	9,6	13,2		
	хлеб	2/10	хлеб	40	1,56						
			масло сливочное	10	9,48						
			сыр	15	14,70						
	закуска	г.п.	яйцо	40/1шт	2,60	63	5,08	4,6	0,28		
					58,48	491	20,18	22,2	41,63		
Итого											
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	12,25	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	4,28						
			морковь	32	2,08						
			яблоко	24	4,75						
			сахар	5	0,44						
			масло растительное	5	0,70						
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,17	113,3	2	5,1	14,8
			картофель		53	3,02					
			свекла		82	4,06					
			морковь		12	0,78					
	лук реп.	13	0,66								
			масло растительное	5	0,70						
			томатная паста	1,25	0,35						
			сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	3,48						
			2 блюдо	95/109	Печень по-строгановски	80/40	43,56	233	10,1	15,3	3
			печень		143	37,47					
			масло растительное		10	1,39					
			сметана		10	3,48					
			мука		3	0,12					
			гарнир	165/188	томатная паста	4	1,10				
	каша гречневая рассыпчатая	180			8,21	267,8	12,6	7,8	52,1		
	крупа гречневая	86			3,47						
	масло сливочное	5			4,74						
	напиток	291/318			кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	20	
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8		
	Итого				88,34	949	32	33,6	139,85		
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Печенье	40	5,16	89,3	3,6	10,2	41,6		
Итого					57,7	214,6	4,9	10,5	73,75		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,666	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,565						
			морковь	25	1,625						
			горошек консерв.	27	1,566						
			яйцо	8шт	0,52						
			масло растительное	10	1,39						
			2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44,8	207	14	12,2	10,1
			гарнир		131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	9,4252	241	4,4	4,3
			рис	53		4,6852					
			масло сливочное	5		4,74					
	хлеб бел.	г.п.	хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай	0,4	0,308						
			сахар	10	0,875						
			Итого				64,6342	713,5	25,8	27,53	76,25
	завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	Кефир	200	23,6	100	5,8	5	8	
гор.напиток				268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
чай					0,4	0,308					
сахар		10	0,875								
сладкое		260/285	Булочка сдобная	50	6,92688	159	3,9	4,3	26		
			мука	30	1,215						
			дрожжи	0,4	0,08						
			соль	0,3	0,01188						
			сахар	8	0,7						
			масло сливочное	4,5	4,266						
			яйцо	3шт	0,195						
			молоко	4,5	0,459						
			Итого				31,70988	294	9,8	9,33	43,9
Итого за весь день					300,87	2662,1	92,68	103,16	375,38		

Основное организованное меню

Утверждаю
директор МБОУ Целинной ОШ №15
Н.А. Деливская

Школа	МБОУ Целинная ОШ № 15 12-18 лет проживающие			Отд./корп				День	Воскресенье 14.09.2025г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	75/89	Суп молочный с крупой рисовой	250	16,17	224	5,5	5,2	13,25		
			молоко	125	12,75						
			масло сливочное	1,6	1,52						
			сахар	1,6	0,14						
			рис	20	1,77						
	гор.напиток	274/301	какао с молоком	200	11,36	94	2,9	2,8	14,9		
			какао порошок	2	0,29						
			сахар	10	0,88						
	хлеб	2/10.	молоко	100	10,20						
			бутерброд с маслом и сыром	40/15/10	25,74	328	6,7	9,6	13,2		
			хлеб	40	1,56	93,5	3,5	1,2	24,15		
	закуска	г.п.	масло сливочное	10	9,48						
			сыр	15	14,70						
яйцо			40/1шт	2,60	63	5,08	4,6	0,28			
Итого				55,88	802,5	23,68	23,4	65,78			
Обед	закуска	21/29	салат "Витаминный"	100	55,02	91	1,5	4,6	11		
			Капуста белокачанная	84	4,28						
			морковь	32	2,08						
			яблоко	24	47,52						
			сахар	5	0,44						
			масло растительное	5	0,70						
			1 блюдо	56/68	Свекольник	250	13,17	113,3	2	5,1	14,8
	картофель	53	3,02								
	свекла	82	4,06								
	морковь	12	0,78								
	лук реп.	13	0,66								
	масло растительное	5	0,70								
	томатна паста	1,25	0,35								
	2 блюдо	95/109	сахар	1,6	0,14						
			сметана	10	3,48						
			Печень по-строгановски	120/50.	62,66	109	23,5	19,8	3,4		
			печень	214	56,07						
			масло растительное	15	2,09						
			сметана	12,5	4,34						
			мука	4	0,16						
	гарнир	165/188	соус	50	1,10						
			томатна паста	4	1,10						
			каша гречневая рассыпчатая	200	9,52	214,2	14	8,7	57,9		
			крупa гречневая	95	3,83						
			масло сливочное	6	5,69						
			напиток	291/318	кисель плодово - ягодный	200	8,00	76	0	0	20
хлеб бел.			г.п.		хлеб пшеничный	50	1,95	245	7	1,2	50,8
хлеб черн.	г.п.	хлеб ржаной	40	1,60	74,4	2,3	0,3	14,8			
Итого				151,92	922,9	50,3	39,7	172,7			
Полдник	фрукты	г.п.	фрукт свежий (яблоко)	180	35,64	33,3	0,3	0,3	6,75		
	напиток	г.п.	сок фруктовый	200	16,9	92	1	0	25,4		
	сладкое	г.п.	Печенье	40	7,384	166,3	2,9	3,8	166,8		
Итого					59,924	291,6	4,2	4,1	198,95		
Ужин	закуска	39/47	Салат Студенческий	100	7,666	137	3,8	10,5	6,8		
			картофель	45	2,565						
			морковь	25	1,625						
			гороше консерв.	27	1,566						
			яйцо	8шт	0,52						
			масло растительное	10	1,39						
	2 блюдо	104/118	фрикадельки из кур	100	44,8	207	14	12,2	10,1		
	гарнир		131/153	Каша рисовая рассыпчатая	180	10,3976	241	4,4	4,3	25,3	
	рис	64		5,6576							
	хлеб бел.	г.п.	масло сливочное	5	4,74						
			хлеб пшеничный	40	1,56	93,5	3,5	0,5	24,15		
	гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9		
			чай	0,4	0,308						
			сахар	10	0,875						
Итого				65,6066	713,5	25,8	27,53	76,25			
завтрак 2	кисломолочный напиток	г.п.	кефир	200	23,6	100	5,8	5	8		
			гор.напиток	268/295	чай с сахаром	200	1,183	35	0,1	0,03	9,9
			чай		0,4	0,308					
			сладкое	260/285	сахар	10	0,875				
	Булочка сдобная	50			6,92688	159	3,9	4,3	26		
	мука	30			1,215						
	дрожжи	0,4			0,08						
	соль	0,3			0,01188						
	сахар	8			0,7						
	масло сливочное	4,5			4,266						
	яйцо	3шт			0,195						
	молоко	4,5	0,459								
Итого				31,70988	259	9,8	9,3	43,9			
Итого за весь день				365,03	2989,5	113,78	104,03	557,58			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484434

Владелец Делявская Наталья Анатольевна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025